

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГАУ ДО РО
«СШОР «Родной край – спорт»
А.А. Черносвитов
2023 г.



ПРАВИЛА

внутреннего распорядка для спортсменов и занимающихся
ГАУ ДО РО «Спортивная школа олимпийского резерва по самбо и дзюдо
«Родной край – Спорт».

Рязань 2023

1. Общие положения

1.1. Настоящие правила внутреннего распорядка спортсменов (далее - Правила) ГАУ ДО РО «СШОР «Родной край-Спорт» (далее СШОР) разработаны в соответствии с Федеральным законом от 04.12.2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и Уставом СШОР.

1.2. Настоящие Правила регулируют режим организации учебно-тренировочного процесса, права и обязанности спортсменов, применение мер дисциплинарного взыскания к спортсменам СШОР.

1.3. Спортсменом является лицо, зачисленное приказом директора в СШОР для прохождения программ спортивной подготовки в порядке поступления, либо перевода из другой спортивной школы, в соответствии с Положением о приеме, зачислении, переводе, отчислении и восстановлении лиц, проходящих спортивную подготовку в СШОР, Уставом и локальными нормативными актами СШОР.

1.4. Дисциплина в СШОР поддерживается на основе уважения человеческого достоинства спортсменов и работников. Применение физического и (или) психического насилия по отношению к спортсменам не допускается.

1.5. Настоящие Правила обязательны для исполнения всеми спортсменами СШОР и их родителями (законными представителями) в рамках освоения программ спортивной подготовки по видам спорта.

2. Режим тренировочного процесса

2.1 Начало и окончание тренировочного сезона, его продолжительность на различных этапах подготовки определяется годовым тренировочным планом.

2.2. Учебно-тренировочный процесс в СШОР ведется в соответствии с годовым учебно-тренировочным планом, рассчитанным на 52 недели, из которых 48 недель - тренировочные занятия непосредственно в условиях спортивной школы и 4 недели - в условиях оздоровительного лагеря спортивного профиля, учебно-тренировочных сборов по индивидуальным планам.

2.3. Учебно-тренировочные занятия проводятся в соответствии с тренировочными планом и расписанием, утвержденными директором СШОР.

2.4. Продолжительность и количество занятий в неделю устанавливается в соответствии с Федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта (ФССП) с учетом этапа подготовки.

2.5. Присутствие на учебно-тренировочных занятиях посторонних лиц не допускается, за исключением проведения открытого занятия. Присутствие на учебно-тренировочных занятиях родителей (законных представителей) допускается с разрешения директора или заместителя директора СШОР.

3. Права и обязанности спортсменов и занимающихся

3.1. Спортсмены и занимающийся имеют право на:

- выбор видов спорта;
- участие в спортивных соревнованиях по выбранным видам спорта в порядке, установленном правилами этих видов спорта и положениями (регламентами) о спортивных соревнованиях;
- включение в составы спортивных сборных команд Российской Федерации при условии соответствия критериям отбора спортсменов и соблюдения установленного статьей 36 ФЗ «О физической культуре и спорте в РФ»;
- включение в составы спортивных сборных команд Рязанской области при условии соответствия критериям отбора спортсменов и соблюдения порядка формирования спортивных сборных команд Рязанской области;
- получение спортивных разрядов и спортивных званий при выполнении норм и требований Единой всероссийской спортивной классификации;
- заключение трудовых договоров в порядке, установленном трудовым законодательством;
- содействие областных, общероссийских спортивных федераций по выбранным видам спорта в защите прав и законных интересов спортсменов в международных и всероссийских спортивных организациях;
- уважение человеческого достоинства, защиту от всех форм физического и психического насилия, оскорблений личности, охрану жизни и здоровья;
- свободное выражение собственных взглядов и убеждений;
- возможность свободного перехода из отделения в отделение СШОР в течении тренировочного года;
- ознакомление с Уставом, нормативными локальными актами, регламентирующими организацию и осуществление спортивной подготовки в СШОР;
- пользование в установленном порядке спортивными объектами СШОР;
- участие в общественной жизни СШОР;
- участие в спортивных, социально-культурных, оздоровительных и т.п. мероприятиях, организованных СШОР;
- обращение к администрации СШОР с жалобами, заявлениями и предложениями по вопросам, касающимся тренировочного процесса в учреждении и любым другим вопросам, затрагивающим интересы спортсменов и занимающихся;
- осуществление иных прав в соответствии с законодательством Российской Федерации.

3.2. Спортсмен и занимающийся обязаны:

- выполнять требования Устава СШОР, настоящих правил;
- соблюдать требования безопасности во время участия в физкультурных и спортивных мероприятиях, тренировочных мероприятиях и при нахождении на объектах спорта;

- соблюдать антидопинговые правила, предусмотренные статьей 26 ФЗ «О физической культуре и спорте в РФ»;
- предоставлять информацию о своем местонахождении в соответствии с общероссийскими антидопинговыми правилами в целях проведения допинг-контроля;
- соблюдать этические нормы в области спорта;
- соблюдать положения (регламенты) о физкультурных и спортивных мероприятий, в которых они принимают участие, и требования организаторов таких мероприятий и соревнований;
- соблюдать санитарно-гигиенические требования, медицинские требования, регулярно проходить медицинские обследования в целях обеспечения безопасности занятий спортом;
- соблюдать требования техники безопасности, санитарии и гигиены тренировочного процесса, правила пожарной безопасности;
- приходить на тренировочные занятия, согласно расписания, без опозданий, за 15 мин. до начала тренировочных занятий, извещать тренера-преподавателя о причинах отсутствия на занятиях;
- повышать уровень общей и специальной физической подготовленности, технического и спортивного мастерства;
- посещать все виды тренировочных мероприятий, предусмотренных программами спортивной подготовки;
- бережно и ответственно относиться к имуществу СШОР, поддерживать чистоту и порядок в зданиях и помещениях учреждения, соблюдать чистоту на территории СШОР;
- соблюдать общепринятые правила и нормы поведения, уважать права, достоинство, взгляды и убеждения других лиц, участвующих в реализации программ спортивной подготовки;
- вести себя достойно, воздерживаться от действий, мешающих другим спортсменам и занимающимся овладевать знаниями, соблюдать дисциплину, своевременно и точно выполнять указания администрации, тренеров-преподавателей СШОР;
- иметь при себе необходимые для участия в учебно-тренировочном процессе принадлежности (спортивная форма, сланцы, индивидуальная посуда с водой);
- быть опрятно одетым, следить за своим внешним видом;
- в случае экстренной ситуации, связанной с обнаружением любой опасности жизни и здоровью, незамедлительно сообщить об этом тренеру-преподавателю, любому сотруднику СШОР;
- исполнять иные обязанности в соответствии с законодательством Российской Федерации.

3.3. Спортсменам и занимающемуся запрещается:

- приносить, передавать, использовать в СШОР и на ее территории оружие,

спиртные напитки, табачные изделия, токсические и наркотические вещества и иные предметы и вещества, способные причинить вред здоровью участников процесса спортивной подготовки;

- приносить, передавать использовать любые предметы и вещества, которые могут привести к взрывам, возгораниям и отравлению;
- иметь неряшливый и вызывающий внешний вид;
- посещать тренировки без спортивной фирмы и спортивной обуви;
- применять физическую силу для выяснения отношений, использовать запугивание вымогательство;
- играть в азартные игры;
- приводить или приносить в СШОР животных;
- производить любые изменения в аппаратном или программном обеспечении компьютеров СШОР;
- в свободное от тренировочных занятий время кричать, шуметь, бегать, играть в игры, которые могут привести к травмам и порче имущества;
- совершать любые действия, влекущие за собой опасные последствия для окружающих, такие как толкание, удары любыми предметами, бросание чем-либо и т.д.

3. Ответственность

3.1. За нарушение требований Устава, настоящих правил и дисциплины администрация СШОР имеет право применить к спортсмену и занимающемуся обсуждение факта нарушения на тренерском совете, в том числе в присутствии спортсмена или занимающегося и его родителя (законного представителя) для объяснения факта нарушения.

3.2. По решению тренерского совета администрация СШОР может наложить дисциплинарное взыскание на спортсмена или занимающегося в виде замечания, временного отстранения от занятий или отчисления. Решение о наложении взыскания заносится в протокол тренерского совета, о факте наложения взыскания информируются родители (законные представители).